

＝【2025年5月】＝うきうき春のパスタランチ



●栄養成分（献立全体）



食材：肉・卵・牛乳



635 kcal



19.8 g



28.3 g



2.9 g

●簡易情報

春野菜を使用した彩り豊かなパスタランチをご用意いたしました。

ヨウ素制限・ヨウ素制限（大量）の食事制限中の方は、ベーコンの増粘剤・着色料等の使用の有無をご確認ください。

ヨウ素制限（大量）の患者様の入院中のお食事では、プリンアラモードの代わりに季節の果物を提供しました。

＝ 材料・分量 ＝

キャベツのパペロンチーノ

| 材料名        | 分量 (g) |
|------------|--------|
| スパゲッティ (乾) | 70g    |
| キャベツ       | 30g    |
| ベーコン       | 15g    |
| にんにく       | 1.5g   |
| 鷹の爪        | 0.1g   |
| コンソメ (顆粒)  | 1.4g   |
| しょうゆ       | 5g     |
| オリーブオイル    | 10g    |

オニオンスープ

| 材料名       | 分量 (g) |
|-----------|--------|
| 玉ねぎ       | 20g    |
| コンソメ (顆粒) | 1.2g   |
| 塩         | 0.2g   |
| 白こしょう     | 少々     |
| 水         | 100ml  |
| クルトン      | 5g     |
| パセリ (乾)   | 少々     |

イタリアンサラダ

| 材料名    | 分量 (g) |
|--------|--------|
| レタス    | 30g    |
| ルッコラ   | 10g    |
| トマト    | 15g    |
| えび (小) | 20g    |

<ドレッシング>

|   |    |
|---|----|
| 酢 | 3g |
|---|----|

### 【患者様のご意見・ご感想】

- ◇ 彩り綺麗でおいしかったです。
- ◇ 春らしいメニューでとても美味しかったです。
- ◇ 毎食バリエーション豊かで飽きずに頂けています。ありがとうございます。
- ◇ ランチ・サラダ美味しいです。プリンアラモード綺麗です。最高です。皆さんお疲れさまでした。ありがとうございました。
- ◇ 入院中、いろいろ気持ちが落ち込んだりしますが、季節の献立春の Pastaランチに見た目も味も良く明るい気持ちになりました。毎回ありがとうございました。ご馳走様でした。
- ◇ 色鮮やかで美味しくいただきました。薄味参考になりました。
- ◇ 好物のトマトが食べられてうれしかった。パスタ、大盛りで食べきれませんでした。おしゃれなランチで食べられるようになってからのメニューでよかったです。ご馳走様でした。

|                 |         |
|-----------------|---------|
| 砂糖              | 0.3g    |
| 塩               | 0.3g    |
| オリーブオイル         | 4.5g    |
| レモン果汁           | 2g      |
| 粒マスタード          | 0.5g    |
| <b>プリンアラモード</b> |         |
| 材料名             | 分量 (g)  |
| 卵               | 12g     |
| 牛乳              | 28ml    |
| 砂糖              | 3.5g    |
| バニラエッセンス        | 少々      |
| カラメルソース         | 2g      |
| 生クリーム           | 15g     |
| 砂糖              | 4.5g    |
| キウイフルーツ         | 15g     |
| みかん (缶)         | 10g     |
| さくらんぼ           | 5g (1個) |